fotbal

ȘTIINȚA ÎN SPRIJINUL PERFORMANȚEI

AVEȚI LEGĂTURA CU CENTRUL DE MEDICINĂ SPORTIVĂ

Cum și cînd se efectuează controlul sportivilor

Controlul medical al sportivilor nu mai este considerat de mult o extravaganță. A devenit o datorie inflexibilă, procedeu de cunoaștere a efectelor antrenamentului, mijloc de verificare dinamică a stării de sănătate și a dezvoltării fizice, de evaluare a capacității de efort. Un anumit specific, precum și sporirea gradului de rafinament al mijloacelor de investigație au determinat în numeroase țări necesitatea organizării unor instituții specializate, unde cei ce practică sportul de performanță sînt investigați și apreciați pe cadranele unei aparaturi moderne din numeroase unghiuri de vedere.

1. Aici, în laborator l-am întîlnit pe Dinu. Fizionomia-i relaxată și privirea-i calmă arată că nu e de loc impresionat de pișcătura unui ac. El, cel obișnuit cu jocul tare din careul de 16 metri...

Într-un colț al parcului „23 August" se află Centrul de medicină sportivă, găzduit într-o clădire de formă ciudată, amintind prin contur și mai ales prin turnul ce țîșnește dintr-o extremitate de silueta unei geamii.

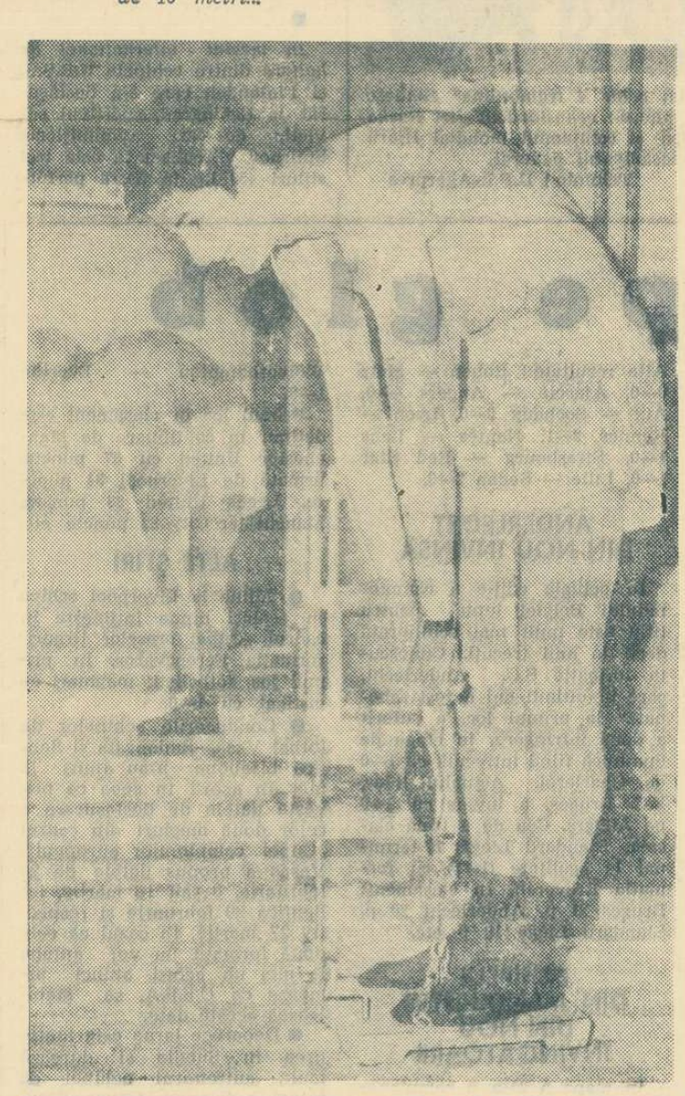
Prin această instituție se perindă de cîteva ori pe an toți sportivii din loturile naționale. Cea mai mare afluență se înregistrează aici la începutul lui ianuarie. Astfel organizat, controlul medical realizează un fel de bilanț biologic făcut sportivului înainte de pornirea într-un nou ciclu pregătitor. Comparînd datele obținute cu anumite standarde, sau confruntînd subiectul cu el însuși (prin referire la datele examinărilor anterioare), se inventariază calitățile și deficiențele, se stabilesc repere pentru sporirea potențialului biologic și perfecționarea sportivă.

În vizită la centrul de medicină sportivă

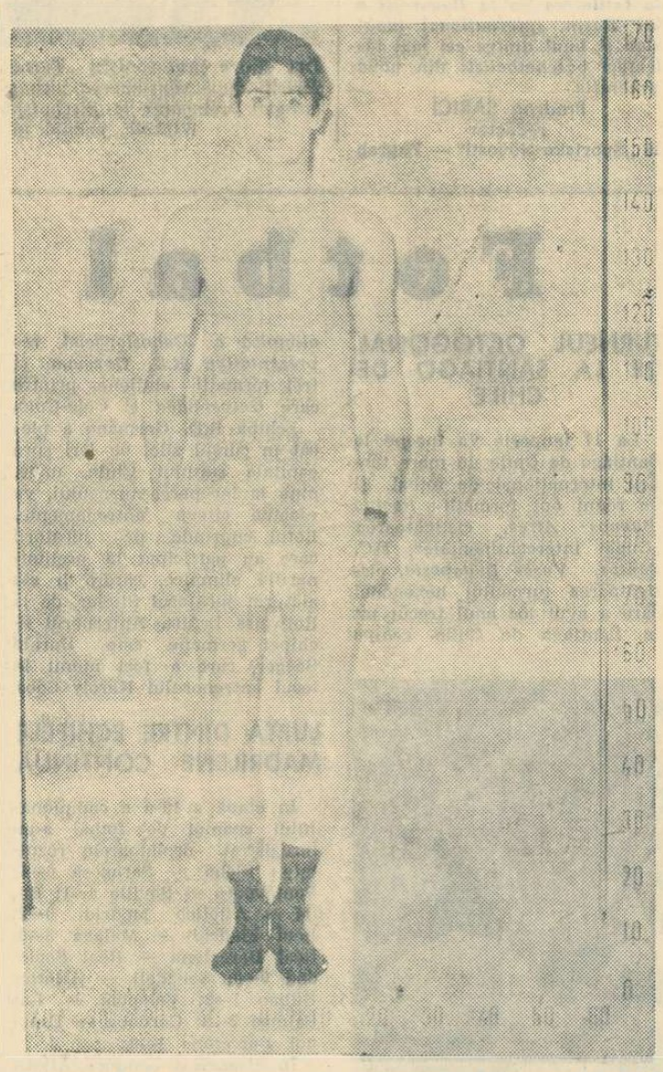
În dimineața zilei de 5 ianuarie am vizitat, împreună cu fotoreporterul Aurel Neagu, Centrul de medicină sportivă. Vă invităm să-l cunoașteți prin cuvînt și imagine urmărind împreună cu noi pe tînărul fotbalist dinamovist Dinu, programat în ziua aceea împreună cu alți coechipieri.

Pe Dinu l-am întîlnit mai întîi în laborator (foto 1). Aici i s-a luat o priză de 5 centimetri cubi sînge pentru efectuarea cîtorva analize: hemogramă, glicemie (concentrația de zahăr din sînge), probe de disproteinemie (ele investighează raportul dintre anumite substanțe de natură proteică existente în plasma sîngelui ,oferind indicii despre funcția ficatului, despre existența unei infecții discrete etc.). A fost examinat apoi în cabinetele de traumatologie, de boli interne, de stomatologie, i s-a făcut o radioscopie cardio-pulmonară. Astfel, au fost obținute în principal date despre starea de sănătate a sportivului.

Iată-l ulterior pe Dinu în cabinetul pentru cercetarea gradului de dezvoltare fizică. Cu ajutorul unui așa-numit cadru antropometric (imaginile 2, 3, 4) se apreciază conformația sa, analizîndu-se dacă există eventuale devieri ale coloanei vertebrale. Dinu și-a păstrat greutatea obișnuită (chiar și după vacanță), ceea ce înseamnă că n-a comis abuzuri alimentare și va putea intra mai ușor în formă sportivă. Forța cîtorva grupe musculare este apreciată drept foarte bună, tonusul (adică starea de ușoară încordare reflexă, permanentă, a mușchilor) de asemenea. În schimb, mobilitatea coloanei vertebrale este redusă, element ce poate prejudicia randamentul tehnic al unui fotbalist. Se verifică timpul de reacție, viteza de reacție cum se mai cheamă, calitate măsurată în zecimi și sutimi de secunde, de care depinde promptitudinea intervenției în momentele decisive ale jocului, înscrierea sau evitarea unor goluri etc. Dinu obține o cifră satisfăcătoare, dar insuficient de concludentă, proba fiind efectuată după un efort prealabil ceea ce realizează o succesiune contraindicată.



2. Proba pentru măsurarea forței a scos în evidență un Dinu viguros, puternic



3. Această plasă de verticale și orizontale facilitează studiul conformației sportivului

Partea cea mai importantă a controlului

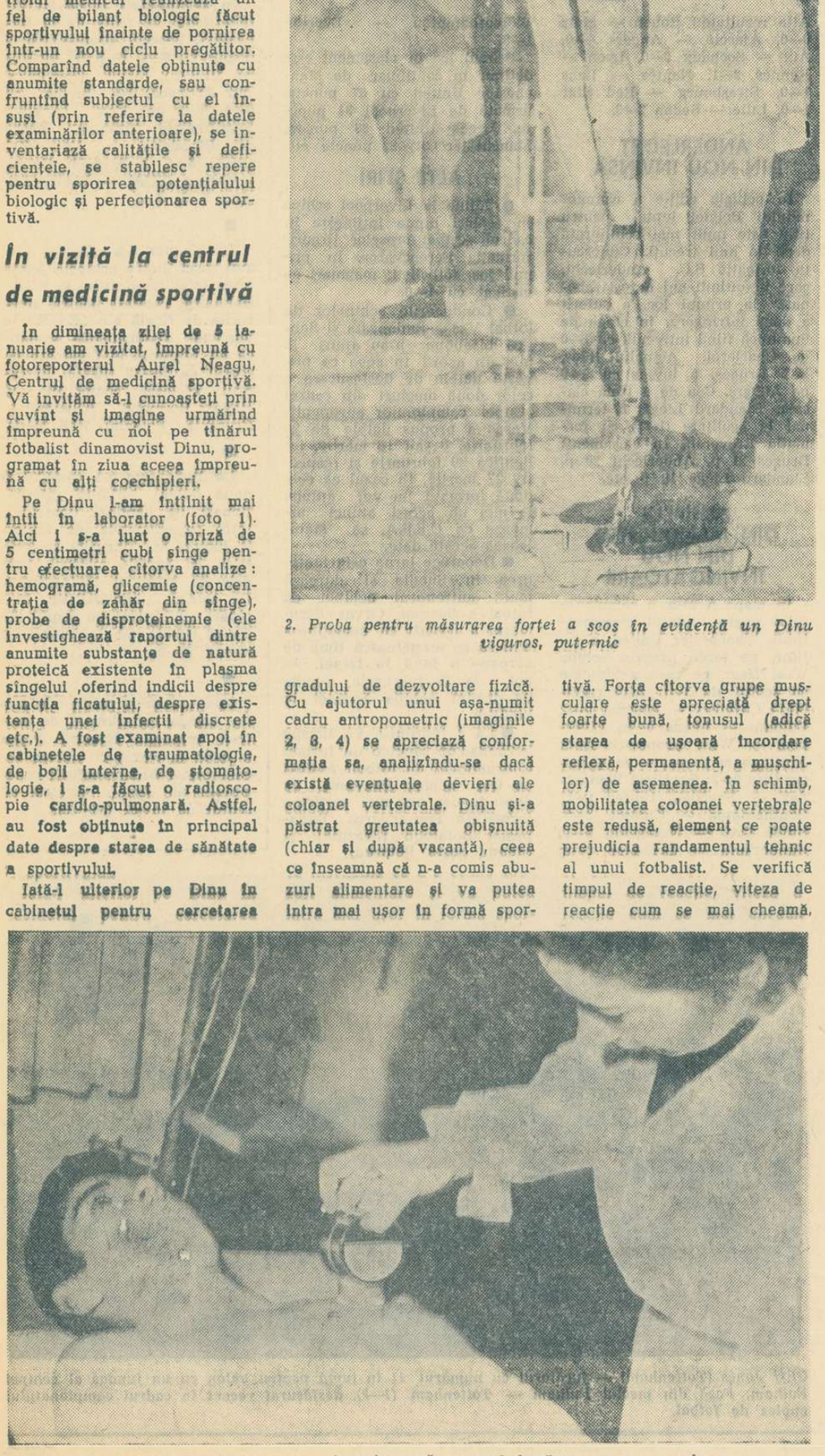
Tînărul fotbalist a trecut apoi prin serviciile care constituie partea cea mai importantă din controlul medical al unui sportiv, cele unde se efectuează explorarea marilor funcții : circulația și respirația.

Aici se obțin relații importante despre capacitatea de efort, despre rezervele pe care aparatele circulator și respirator le pot utiliza la nevoie în fața unei solicitări maxime, despre eventualitatea unei stări de oboseală și dimensiunea ei. Dinu a fost supus la proba de efort denumită Astrand. S-au înregistrat frecvența cardiacă, tensiunea arterială și electrocardiograma înainte și după efort, s-a urmărit durata timpului de revenire. Toți parametrii au fost aproximativ normali pentru sfîrșitul unei scurte perioade de vacanță. La serviciul de explorări respiratorii Dinu a fost supus unor probe specifice pentru determinarea capacității vitale și a posibilităților de hiperventilație (de creștere a importului de oxigen și de eliminare a bioxidului de carbon) în cazul unor solicitări intense (imaginea 5).

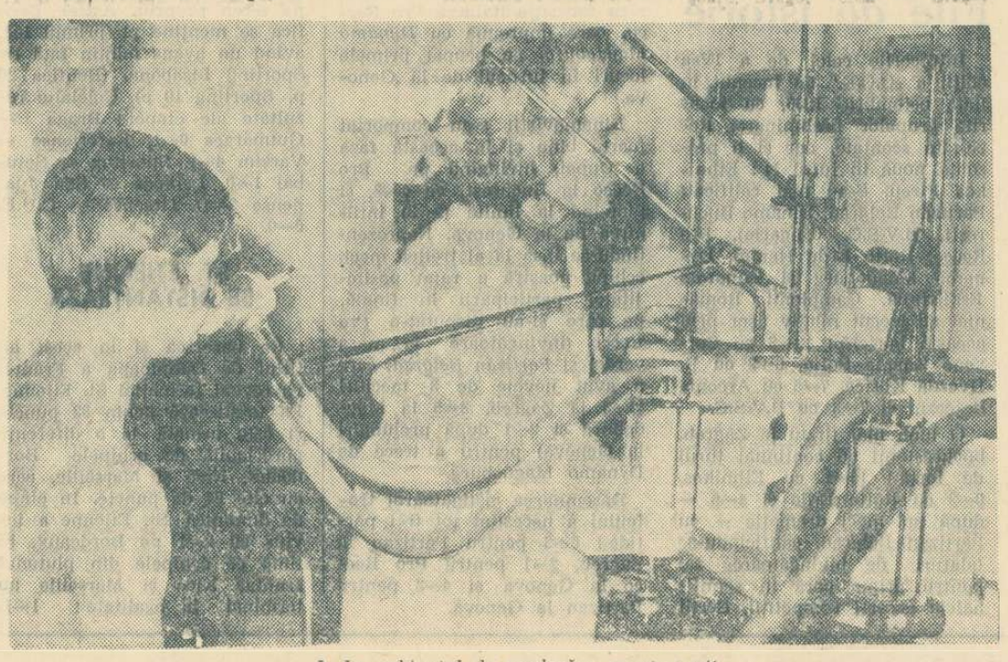
Acest întreg circuit străbătut de tînărul fotbalist a durat cîteva ore. Din datele obținute s-a compus o imagine a stării lui biologice prezente. Semnificațiile controlului medical au fost sintetizate în cîteva concluzii și recomandări pe care antrenorul, medicul echipei și sportivul trebuie să le respecte pe parcursul perioadei pregătitoare pentru sezonul viitor. În baza lor se va creiona planul de pregătire al sportivului, un program cu trăsături individualizate, un regim alimentar propriu, anumite tratamente (stomatologic — în cazul nostru) și măsuri corective (gimnastică pentru ameliorarea mobilității).

Dar în genere lucrurile nu merg chiar atît de ortodox. Mulți sportivi vin la controlul medical scrîșnind din dinți, cu sentimentul că îndeplinesc o corvoadă sîcîitoare și inutilă. N-am auzit ca vreo echipă de fotbal din orașele provinciei (unde există cabinete medico-sportive, dar mai modest dotate decît instituția centrală) să solicite cu ocazia trecerii lor prin București un control mai amplu. Nu se poate cita numele vreunui fotbalist care să fi cerut din proprie inițiativă un examen medical pentru elucidarea sa. Ceva, ceva s-a mai clintit în această atitudine de ignorare și ignoranță, dar brеșa e încă mică. Așteptăm să o lărgească generațiile de sportivi tineri.

Romulus BALABAN



4. Un aparat denumit tonometru înregistrează tonusul fiecărei grupe musculare



5. La cabinetul de explorări respiratorii

Primele ecouri după: „Baschetul sub reflector"

(Urmare din pag. 1)

cît și pentru public. Nutresc speranța că „Baschetul sub reflector" din ziarul de luni nu va rămîne unicat.

Referitor la propunerile făcute, apreciez că majoritatea dintre ele sînt utile. Ele sugerează idei interesante, care vor constitui tot atîtea subiecte de studiu în colegiile federației. Doresc să menționez, însă, că sugestia referitoare la alcătuirea lotului național ar fi trebuit motivată, arătîndu-se calitățile (sau, poate, și defectele) jucătorilor propuși. În ceea ce privește sistemul competițional, personal consider că nu el este cauza jocurilor mediocre, neinteresante. Așa cum bine s-a scris în „Post-scriptum", adevăratele motive le constituie cantitatea și calitatea necorespunzătoare a antrenamentelor, lipsa de pasiune din partea unor antrenori. Dacă s-ar munci peste tot ca la Galați, unde, datorită dragostei prof. Petrică Vasiliu pentru baschet, echipa Politehnica a ajuns să aibă o valoare reală, sau ca la I.C.F., ale cărei evoluții sînt din ce în ce mai promițătoare, atunci lupta pentru titlu nu s-ar mai da doar între Steaua și Dinamo și campionatul ar fi cu adevărat interesant. Propunerea ziarului va fi studiată de către federație, deoarece nu mai pot fi tolerate echipe ca Politehnica Iași, Crișul Oradea sau Comerțul Tg. Mureș care nu aduc nici un aport la ridicarea calitativă a baschetului nostru.

PE CÎND O PAGINĂ ȘI DESPRE BASCHETUL FEMININ?

Inițiativa ziarului este mai mult decît salutară. În sfîrșit, am putut citi o pagină multilaterală, despre baschet, interesantă atît pentru cititori, cît și pentru jucători sau specialiști. Mi-ar plăcea să cred că nu va trebui să aștept... un an pentru a mai citi una asemănătoare...

Personal, susțin propunerea legată de modificarea formulei de campionat. Ca și în anii trecuți, actuala ediție mi-a întărit convingerea că majoritatea echipelor participante în prima divizie sînt mai mult preocupate de menținerea locului în pluton, decît de unele îmbunătățiri de ordin calitativ. Acesta este principalul motiv pentru care sîntem nevoiți să suportăm jocuri disperate pentru rezultat, care alungă spectatorii din tribune.

Nu ar fi rău dacă „Sportul" ar lua sub reflector și baschetul feminin, care prezintă simptome îngrijorătoare. O acțiune asemănătoare nu ar putea decît să ne folosească.

În ceea ce privește lotul am o observație: atenția a fost îndreptată mai mult spre jucătorii de atac (în limbaj obișnuit — marcatori) și mai puțin spre cei cu certe calități de apărători, atît de necesari unei echipe reprezentative.

Teodora PREDESCU
șef de lucrări la I.C.F.

UN STIMULENT

Apreciez în mod deosebit inițiativa ziarului de a publica, la finalul turului de campionat, o pagină de comentarii ample privind evoluția echipelor. Acest gen de analize vine în sprijinul muncii noastre cu sportivii și constituie, în același timp, un stimulent atît pentru practicanții baschetului, cît și pentru antrenori. Doresc să mai citesc, cu prilejul întrecerilor din retur, astfel de pagini, iar aprecierile asupra echipei mele să fie tot mai pozitive. Bineînțeles, acest lucru depinde în primul rînd de componenții echipei și de mine. Personal, caut să transmit studenților pe care-i antrenez, flacăra pasiunii vechilor „icefiști", creatorii tradiției moștenită de actuala echipă în care mai sînt făclii neaprinse, dar pe care sper să le văd arzînd în retur.

Mihai NEDEF
maestru emerit al sportului

Cred că nu este decît un început...

O pagină interesantă și utilă. O notă aparte pentru cronicile ample și problemele ridicate. Critica este bună, dar ea trebuie făcută constructiv. Am văzut multe partide din campionatul altor țări, în care nivelul tehnic nu era mai ridicat. În schimb, felul cum aceste meciuri erau reflectate în coloanele ziarelor, contribuia direct la creșterea afluenței de spectatori. Cred că lipsa de public la întîlnirile noastre de baschet se datorește și unei foarte slabe popularizări a competiției. Dacă ziarul va continua pe drumul început ieri, vă asigur că sala Floreasca va deveni iarăși neîncăpătoare.

În ceea ce privește propunerea de desfășurare a campionatului, eu o consider judicioasă. Cele opt sau zece echipe ar avea un program competițional bogat, mult mai multe meciuri în picioare.

Lotului național, propus de ziar, i-aș mai adăuga pe Viciu, Savu și Demian.

Mihai ALBU
maestru al sportului

Optez pentru actuala formulă a campionatului

Consider că în acest campionat, nivelul tehnic al jocurilor a fost mai bun decît în anii trecuți. Echipele sînt de forțe mai apropiate. Se pare că avantajul terenului nu mai este chiar atît de hotărîtor în obținerea victoriei.

Eu optez pentru actuala formulă de disputare a campionatului. Cea propusă de ziar ar reduce numărul echipelor în divizia A. E adevărat, cele rămase ar cîștiga foarte mult, dar restul ar rămîne niște cenușărese, și cu titulatura de formații de divizia B ar pierde interesul publicului.

Emanoil RĂDUCANU
maestru al sportului

PRONOSPORT

MARELE SUCCES AL TRAGERII REVELIONULUI LOTO DIN 1 IANUARIE 1968 : 45 AUTOTURISME — 31.773 PREMII — 4 CÎȘTIGURI A CÎTE 52.259 LEI S.A.

Premiile întregi și sferturi (extragerea obișnuită) : categoria I : 4 variante a 52.259 lei și 9 a 13.084 lei ; categoria a II-a : 13 a 21.535 lei și 39 a 5.383 lei ; categoria a III-a : 354 a 1.255 lei și 665 a 313 lei ; categoria a IV-a : 1.248 a 457 lei și 2.152 a 114 lei ; categoria a V-a : 2.639 a 258 lei și 4.589 a 64 lei.

Extragerea suplimentară : categoria I : 8 variante întregi și 13 variante sfert (autoturisme prin tragere la sorți) ; categoria a II-a : 38 variante a 10.000 lei și 50 a 2.500 lei ; categoria a III-a : 500 a 400 lei și 957 a 100 lei ; categoria a IV-a : 1.128 a 100 lei și 1.988 a 25 lei ; categoria a V-a : 2.952 a 40 lei și 5.054 a 10 lei.

Extragerea specială : categoria I : 2 autoturisme „FIAT 1800" au cîștigat : Păscăneanu A. Nicolae din comuna Podari — Oltenia și Boștină V. Vasile din București ; **Categoria a II-a** : 9 autoturisme „Moskvici 408" cu 4 faruri și radio au cîștigat : Turnea Cornel din Pitești, Kunst Ioan din Timișoara, Drăgoi Doina din Brașov, Drugescu Aureliu din Călărași — regiunea București, Nilaș Ioan din Cluj, Stoica Valeriu din Constanța, Andobescu Pavel din București, Stancu Teodor din București și Niculescu Constantin din București ; categoria a III-a : 24 autoturisme „FIAT 850" au cîștigat : Nastasa Neculai din Piatra Neamț, Maier Ion din Dumbrăveni — raionul Sighișoara, regiunea Brașov, Bucurenciu Vasile din București, Moașa Maria din Dîrste — regiunea Brașov, Orbișteanu Ștefan din Călărași — regiunea București, Florea I. Ion din Gheorghe-Doja — raionul Slobozia — regiunea București, Tofan Laura din Bistrița — regiunea Cluj, Brîndaș Maria din Oradea, Rusca Ion din Eforie Nord, Udrea Stanciu din Constanța, Aparască Mihai din comuna Rușețu — raionul Făurei, regiunea Galați, Avram R. Constantin din Tecuci, Negus Alexandru din Brăila, Michel Schwartz din Brăila, Busuioc Petru din Huși, regiunea Iași, Iancu Ioan din Craiova, Motoroiu Marcel din Cîmpina, Stătescu Nina din București, Leșeanu Vladimir din Tîrgoviște, Mureșan Ioan din Dorohoi, Dumitrescu Valentina, Beche Anton, Tătaru Marin și Marza Petru toți din București ; **categoria a IV-a** : 48 variante a 10.000 lei ; **categoria a V-a** : 80 variante care participă la tragerea la sorți a celor 50 excursii în U.R.S.S. Variantelor rămase după tragerea la sorți a celor 50 excursii li se vor atribui cîte 1.000 lei în numerar ; **categoria a VI-a** : 7.210 variante a 100 lei.

● Miercuri 10 ianuarie 1968, ora 16,30 va avea loc la București în sala din strada Doamnei nr. 2 înaintea tragerii PRONOEXPRES, tragerea la sorți a celor 10 autoturisme oferite la extragerea suplimentară și a celor 50 excursii în U.R.S.S. oferite la extragerea specială.

Participă biletele cîștigătoare întregi și sferturi de la categoria I a extragerii suplimentare (pentru 10 autoturisme) și biletele cîștigătoare de la categoria a V-a a extragerii speciale (pentru 50 excursii în U.R.S.S.).

REZULTATELE PROVIZORII ALE TRIERII CONCURSULUI PRONOSPORT NR. 1

Întrucît la ora la care închidem ediția, operațiunile omologării premiilor la concursul Pronosport nr. 1, etapa din 7 ianuarie 1968 nu au fost terminate, publicăm mai jos rezultatele provizorii ale trierii buletinelor depuse la acest concurs :

— Categoria I : 36,5 variante cu 12 rezultate exacte ;

— Categoria a II-a : 670 variante cu 11 rezultate exacte ;

— Categoria a III-a : 5.343 variante cu 10 rezultate exacte.